

# **HUBUNGAN *FOOD PREFERENCE*, KONSUMSI LEMAK, DAN WAKTU MAKAN DENGAN GEJALA GASTRITIS PADA REMAJA DI SMA NEGERI 51 JAKARTA**

**Ulfiyah**

## **Abstrak**

Penyakit gastritis paling sering menyerang usia produktif (15-64 tahun) oleh karena itu remaja termasuk kedalam usia produktif yang sering mengalami kejadian gastritis. Angka kejadian gastritis di Indonesia cukup tinggi sebesar 40,8% yaitu sekitar 274.396 kasus. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan *food preference*, konsumsi lemak, waktu makan dengan gejala gastritis pada remaja SMA Negeri 51 Jakarta Tahun 2023. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan desain *cross-sectional*. Sampel penelitian ini didapatkan sebanyak 100 responden dengan menggunakan teknik *stratified random sampling*. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji statistik *Chi-Square*. Hasil uji statistik menunjukkan terdapat hubungan antara *food preference* ( $p=0,001$ ), terdapat hubungan antara konsumsi lemak ( $p=0,000$ ), tidak terdapat hubungan antara waktu makan ( $p=0,08$ ) dengan gejala gastritis. Kesimpulan penelitian ini adalah *food preference* dan konsumsi lemak terdapat hubungan dengan gejala gastritis serta waktu makan tidak terdapat hubungan dengan gejala gastritis. Memperbaiki pola hidup dengan *food preference* yang baik, konsumsi lemak yang tidak berlebih, dan waktu makan yang baik sehingga terhindar dari gejala gastritis.

**Kata kunci** : *Food Preference*, Gejala Gastritis Konsumsi Lemak, Waktu Makan,

# **THE RELATIONSHIP BETWEEN FOOD PREFERENCE, FAT CONSUMPTION, EATING SCHEDULE WITH GASTRITIS SYMPTOMS IN ADOLESCENTS AT SMA NEGERI 51 JAKARTA**

**Ulfiyah**

## **Abstract**

The prevalence of gastritis in Indonesia is quite high at 40,8% or around 274.396 cases. To determine the relationship between food preference, fat consumption, and eating schedule with gastritis' symptoms among adolescent at SMA Negeri 51 Jakarta in 2023. This study used a quantitative approach with cross-sectional design that involves 100 respondents. The sampling method that is used in this study is Statified Random Sampling. Data analysis in this study used a Chi-Square Test. There is a relationship between food preference ( $p=0.001$ ) and fat consumption ( $p=0.000$ ) with gastritis' symptoms. There is no relationship between eating schedule with gastritis' symptoms ( $p=0.08$ ). The conclusion of this study is food preference and fat consumption have a relationship with gastritis symptoms and eating schedule has no relationship with gastritis symptoms. Improve lifestyle to have good food preferences, not excessive consumption of fat, and good timing of meals to avoid symptoms of gastritis.

**Keywords** : Food Preference, Fat Consumption, Eating Schedule, Gastritis Symptoms